

Art de la cuisine allégée

RNCP37567 · RNCP · Publiée

L'essentiel

Niveau de qualification	Niveau 3
Sigle	MC5 — Mention complémentaire
Code(s) NSF	221t
Formacode(s)	42752, 42746
Code(s) ROME	G1602
Type d'enregistrement	Enregistrement de droit
Date d'échéance	31/12/2024

Certificateur(s)

MINISTERE DE L'EDUCATION NATIONALE ET DE LA JEUNESSE · SIRET : 11004301500012

Résumé de la certification

OBJECTIFS ET CONTEXTE

Le titulaire de la mention complémentaire "Art de la cuisine allégée" est un professionnel qualifié en production culinaire spécialisé dans la cuisine équilibrée au plan nutritionnel, esthétique et gustatif.

Il est en mesure d'adapter les techniques culinaires, de choisir les produits appropriés à la prestation recherchée et de répondre aux attentes spécifiques de la clientèle des établissements de thalassothérapie, de stations thermales, de remise en forme, balnéothérapie et spa et des établissements offrant des prestations de cuisine allégée en restauration traditionnelle ou collective.

ACTIVITÉS VISÉES

Le titulaire de la mention complémentaire "Art de la Cuisine allégée" intervient dans les établissements mettant en place une cuisine adaptée à une clientèle soucieuse de son bien-être.

Il organise son travail en vue de réaliser les préparations préliminaires, des appareils, fonds et sauces, les pâtisseries et desserts allégés. Il transforme ou adapte les recettes classiques en recettes allégées. Il assure les cuissons spécifiques à la cuisine allégée et contrôle ses réalisations pendant la production et avant l'envoi. Il participe à l'élaboration des supports de communication destinés à la clientèle.

COMPÉTENCES ATTESTÉES

- Organisation et production culinaire (correspondant à l'épreuve E1 - Organisation et production culinaire)
- Organiser en vue de la production culinaire
- Réaliser les préparations préliminaires spécifiques, les cuissons spécifiques, les appareils, fonds et sauces, les pâtisseries et desserts allégés
- Contrôler avant la réalisation, pendant la production, la distribution et l'envoi
- Communication en interne et en externe (correspondant à l'épreuve E2 - Etude d'une situation professionnelle)
- Communiquer au sein de l'entreprise : avec les collaborateurs, la hiérarchie, les personnels spécialisés
- Rendre compte de son activité et justifier ses choix
- Participer à l'élaboration des supports (fiches techniques, aide à l'argumentation de vente...)
- Communiquer oralement avec le client
- Innovation en cuisine allégée (correspondant à l'épreuve E3 - Activités en milieu professionnel et communication)
- Transformer les recettes classiques en recettes allégées et participer à l'élaboration de recettes innovantes en cuisine allégée
- Adopter un vocabulaire valorisant la cuisine allégée

- Elargir la palette des produits utilisés proches ou lointains
- Procéder à une analyse sensorielle
- Utiliser des supports de dressage et des présentations innovants

Blocs de compétences

RNCP37567BC01 — Organisation et production culinaire

LISTE DE COMPÉTENCES

- Organiser en vue de la production culinaire
- Réaliser les préparations préliminaires spécifiques, les cuissons spécifiques, les appareils, fonds et sauces, les pâtisseries et desserts allégés
- Contrôler avant la réalisation, pendant la production, la distribution et l'envoi

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Voie scolaire dans un établissement public ou privé sous contrat, CFA ou section d'apprentissage habilité, formation professionnelle continue dans un établissement public : Contrôle en Cours de Formation (CCF)
- Voie scolaire dans un établissement privé hors contrat, CFA ou section d'apprentissage non habilité, formation professionnelle continue en établissement privé. Enseignement à distance. Candidats justifiant de 3 années d'activités professionnelles : Ponctuel écrit, oral, pratique

RNCP37567BC02 — Communication en interne et en externe

LISTE DE COMPÉTENCES

- Communiquer au sein de l'entreprise : avec les collaborateurs, la hiérarchie, les personnels spécialisés
- Rendre compte de son activité et justifier ses choix
- Participer à l'élaboration des supports (fiches techniques, aide à l'argumentation de vente...)
- Communiquer oralement avec le client

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Voie scolaire dans un établissement public ou privé sous contrat, CFA ou section d'apprentissage habilité, formation professionnelle continue dans un établissement public : Ponctuel écrit
- Voie scolaire dans un établissement privé hors contrat, CFA ou section d'apprentissage non habilité, formation professionnelle continue en établissement privé. Enseignement à distance. Candidats justifiant de 3 années d'activités professionnelles : Ponctuel écrit

RNCP37567BC03 — Innovation en cuisine allégée

LISTE DE COMPÉTENCES

Transformer les recettes classiques en recettes allégées et participer à l'élaboration de recettes innovantes en cuisine allégée

- Adopter un vocabulaire valorisant la cuisine allégée
- Elargir la palette des produits utilisés proches ou lointains
- Procéder à une analyse sensorielle
- Utiliser des supports de dressage et des présentations innovants

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Voie scolaire dans un établissement public ou privé sous contrat, CFA ou section d'apprentissage habilité, formation professionnelle continue dans un établissement public : Contrôle en Cours de Formation (CCF)
- Voie scolaire dans un établissement privé hors contrat, CFA ou section d'apprentissage non habilité, formation professionnelle continue en établissement privé. Enseignement à distance. Candidats justifiant de 3 années d'activités professionnelles : Ponctuel oral

Secteur d'activité et type d'emploi

SECTEURS D'ACTIVITÉS

- établissements de thalassothérapie, établissements de stations thermales,
- établissements de remise en forme, balnéothérapie, spa,
- établissements offrant des prestations de cuisine allégée (restauration traditionnelle et restauration collective...)

Marché du travail

Indicateurs au niveau des familles professionnelles (FAP) des métiers visés, agrégés au niveau national — France Travail / DARES (open data).

Tension de recrutement (DARES 2024)	Élevée (4/5) Moyenne pondérée par l'emploi ; les familles ci-dessous s'échelonnent de 3 à 5 sur 5.
Facteurs principaux	Intensité d'embauche, Conditions de travail contraignantes, Non-attractivité salariale
Salaire médian (mensuel)	1 647 €
Familles professionnelles (FAP)	S1X20 — Aides de cuisine et employés polyvalents de la restauration · tension 3/5 (Modérée) S1X40 — Cuisiniers · tension 5/5 (Très élevée) S1X80 — Chefs cuisiniers · tension 5/5 (Très élevée) S3X90 — Patrons et cadres de l'hôtellerie et de la restauration · tension 4/5 (Élevée)
Projets de recrutement (BMO 2026)	160 445
Jugés difficiles à recruter	44 %
Emplois saisonniers	41 %
Familles professionnelles (FAP)	S1X20 — Aides de cuisine et employés polyvalents de la restauration S1X40 — Cuisiniers S1X80 — Chefs cuisiniers S3X90 — Patrons et cadres de l'hôtellerie et de la restauration

Voies d'accès

MODALITÉS D'ACCÈS
Formation initiale, Formation continue, Apprentissage, Contrat de professionnalisation, Candidature individuelle, VAE

COMPOSITION DU JURY — FORMATION INITIALE, FORMATION CONTINUE, APPRENTISSAGE, CONTRAT DE PROFESSIONNALISATION, CANDIDATURE INDIVIDUELLE, VAE
Le jury est composé à parité :
1° De professeurs appartenant à l'enseignement public et, sauf impossibilité, d'au moins un professeur appartenant à l'enseignement privé sous contrat ou exerçant en centre de formation d'apprentis ou en section d'apprentissage ;
2° De membres de la profession correspondant au champ du diplôme choisis en nombre égal parmi les employeurs et les salariés.
Si cette parité n'est pas atteinte en raison de l'absence d'un ou de plusieurs de ses membres, le jury peut néanmoins délibérer valablement.

ACCESSIBLE EN OUTRE-MER
Nouvelle-Calédonie, Polynésie française

Financement en alternance (NPEC)

Niveau de prise en charge d'un contrat d'apprentissage par les OPCO, fixé par France compétences par branche professionnelle (CPNE).

Prise en charge usuelle	8 024 €
Selon la branche	7 707 € – 8 340 €

Prise en charge	Branches concernées
8 024 €	Valeur par défaut · 211 branches
8 340 €	CPNE de l'industrie hôtelière
7 707 €	CPNEFP dans les établissements d'enseignement privés sous contrat

Base légale

Date d'échéance de l'enregistrement	31/12/2024
Date de dernière délivrance possible	31/12/2025

Liens avec d'autres certifications

ANCIENNES VERSIONS

RNCP4083

Pour plus d'informations

LIEN VERS LE DESCRIPTIF

ABROGATION : dernière session en 2024 (session supplémentaire en 2025)

Fiche officielle (France Compétences)

<https://www.francecompetences.fr/recherche/rncp/37567/>

Demande CPF — formations engagées

Dossiers CPF engagés	6
Montant total engagé	13 830 €
Coût moyen par dossier	2 305 €
Durée moyenne	27 h
Période	07/2023 – 06/2024
France compétences	100 %

Formations engagées via le CPF — Caisse des Dépôts (open data), tous organismes confondus.